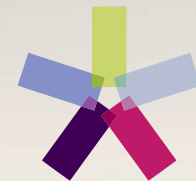


Anmeldungskontakt: Sekretariat des Evangelischen Regionalzentrums Westküste

Tel. 0 46 71 | 6029 920 oder per Mail unter sekretariat@erw-breklum.de



Ev. Frauenarbeit
Nordfriesland



Ev. Frauenarbeit
Nordfriesland

Programm
Januar - Mai 2025

Inhalt

- | | | |
|----|---|-------------------------|
| 1 | Weltgebetstag „Informiert beten - betend handeln“ | jederzeit |
| 2 | Tageswerkstatt von den Cook Inseln | Sa. 11.1.25 |
| 3 | Ländervortrag digital | Di. 25.2.25 |
| 4 | Visionboard 2025 | Sa. 1.2.25 |
| 5 | Antifeminismus - Was ist das und was ... | Di. 4.2.25 |
| 6 | Achtsamkeitsspaziergang | Sa. 8.2.25 |
| 7 | Internationaler Frauentag | Sa. 8.3.25 |
| 8 | „Die Nerven liegen blank“ - Gesundheit hat viele Ebenen | Do., 27.2.25 |
| 9 | Geschichten am Kamin | Mo. 10.3.25 |
| 10 | Catcalling - Vortrag und Gespräch | Do. 3.4.25 |
| 11 | Die blaue Perle der Gelassenheit | Sa. 12.4. - So. 13.4.25 |
| 12 | (M)ein Bild vom Älter werden | Sa. 26.4.25 |
| 13 | Leben im Einklang mit der Natur | Sa. 24.5.25 |
| 14 | Die vier Archetypen der Frau | Fr. 13.6. - So. 15.6.25 |
| 15 | Internationales Frauen Midsommer Fest | Sa. 21.6.25 |
| 16 | Mitmachen erwünscht | jederzeit |

Vorwort:

Liebe Leser:innen,

Sie halten das neue Programm der ev. Frauenarbeit in den Händen. In diesem Programm setze ich das Thema: Verbunden-Sein! Verbunden mit mir, der Natur, meinen Mitmenschen, der Gesellschaft, dem Älter werden, meinem Körper, der Stille. Sie werden einiges im Programm dazu finden. Außerdem freuen wir uns auf den Weltgebetstag von den Cook Inseln.

Bitte beachten Sie: Sie müssen sich immer anmelden zu Veranstaltungen! (siehe Rückseite). Sie wissen ggf., das Sie teilnehmen wollen - wir nicht. Damit Veranstaltungen nicht ausfallen müssen, melden Sie sich bitte im Sekretariat an. Und bitte auch wieder ab, falls es nicht mehr klappt.

Auf gute Begegnungen,

Claudia Hansen



„Informiert beten – betend handeln“

Über Konfessions- und Ländergrenzen hinweg engagieren sich christliche Frauen in der Bewegung des Weltgebetstags. Gemeinsam beten und handeln sie dafür, dass Frauen und Mädchen überall auf der Welt in Frieden, Gerechtigkeit und Würde leben können. So wurde der Weltgebetstag in den letzten 130 Jahren zur größten Basisbewegung christlicher Frauen. In Gottesdiensten und Veranstaltungen rund um den Globus ist die Verbundenheit der Frauen verschiedener christlicher Glaubensrichtungen besonders intensiv zu erleben. Auch in unzähligen Gemeinden in ganz Deutschland organisieren und gestalten Frauen in ökumenischen (konfessionsübergreifenden) Gruppen den Weltgebetstag. Weltgebetstag – das ist gelebte Ökumene!

Weltgebetstags-Engagierte sind solidarisch und übernehmen Verantwortung, weltweit und vor ihrer Haustür. Ganz nach dem Motto des Weltgebetstags:

Informiert beten – betend handeln.



Z

Für Frauen

Termin

Sa. 11.01.25 | 10-16 Uhr

Ort

Lutherhof Gemeindehaus,
Breklum

Leitung

Claudia Hansen

Mit dem WGT Team:

Keike Lenz, Dorle Hansen,
Susanne Jordan, Ulrike
Paulsen, Kirsten Ketelsen,
Birgit Horst, Regina Nitz

Musik

UlrikeThomas

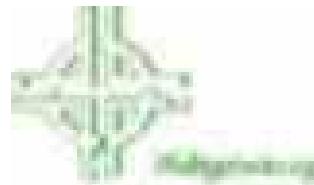
WGT Tageswerkstatt von den Cook Inseln - wunderbar geschaffen!

Für Multiplikatorinnen

Das WGT Team lädt ein, das WGT- Land 2025, die Cook Inseln, kennenzulernen. Land und Leute, Bibelarbeit, Ideen für die Gottesdienstgestaltung und Musik erwarten die Besucherinnen. Wir wollen neue Methoden zur Gottesdienstgestaltung einbringen und uns zu den Länderwerkstätten austauschen.

Bitte etwas für ein gemeinsames Buffet zum Mittag mitbringen

Anmeldung bis zum 6.1.2025 im Sekretariat



Termin

Di. 25.2.25 | 19-20.30 Uhr

Ort

Digital

Referentinnen

Viktoria Köhler

Leitung

Saskia Albers,
Frauenwerk der Nordkirche

Ländervortrag- Digital

Für alle Menschen

Bunte Fotos, Videos und frische Ideen von den Cookinseln bringt Viktoria Köhler mit, wenn Sie uns von ihrer „Pilgerreise des Internationalen Komitees des Weltgebetstages für junge Frauen“ berichtet. Als Multiplikatorin für den WGT Deutschland wurde sie vom Internationalen WGT-Komitee ausgewählt, gemeinsam mit einer Gruppe von 13 jungen internationalen Frauen an das andere Ende der Welt auf die Cookinseln zu reisen.

„Es gab nie einen Pilger, der nicht mit einem Vorurteil weniger und einer Idee mehr in sein Dorf zurückgekehrt wäre.“ (Francois-René Chateaubriand)
Wir freuen uns auf diese neuen Ideen und Eindrücke von Viktoria Köhler!

Kooperation mit dem Frauenwerk der Nordkirche



Termin

Sa., 1.2.25 | 10 - 16 Uhr

Ort

Bonhoefferhaus Husum
Husum

Leitung

Claudia Hansen

Visionboard 2025 - Kreative Jahresplanung

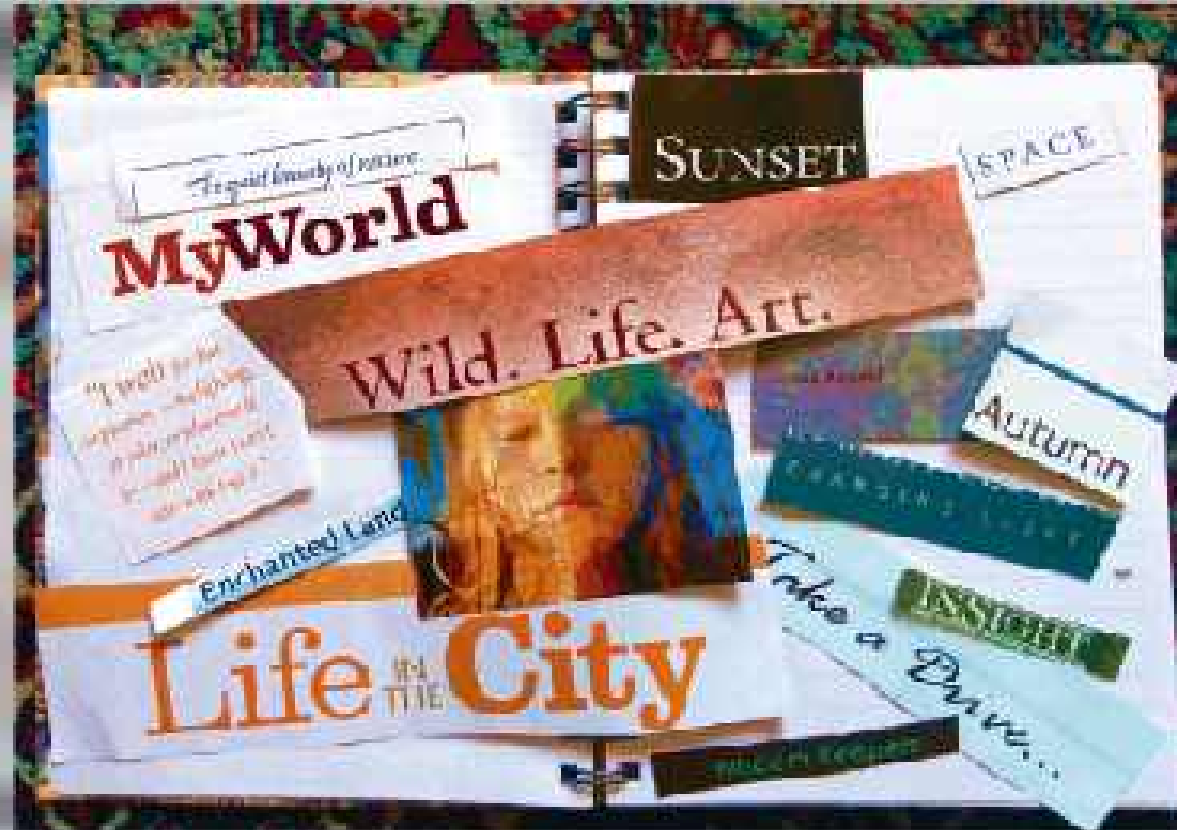
Für Frauen

Wie in jedem Jahr sind Sie eingeladen, sich ganz bewusst auf das neue Jahr einzulassen und einzustellen. Was ist mir wichtig in diesem Jahr? Welche Ziele möchte ich für mich erreichen? Welche Herzenswünsche gibt es?

Worauf möchte ich mich ausrichten? In vorbereitenden Gesprächen tauschen wir uns aus, um dann unsere Vorstellungen in eine Collage umzusetzen.

Damit es genügend Raum und Zeit für die eigenen Visionen gibt, ist diese Veranstaltung als Tages- Workshop konzipiert.

Anmeldungen bis zum 27.1.2025 im Sekretariat



5

Termin

Di., 4.2.25 | 19-21 Uhr

Ort

Digital

Leitung

Claudia Hansen

Referentin

Mareike Stürenberg

von der

Amadeu Antonio Stiftung

Antifeminismus- Was ist das und was bedeutet das für uns Frauen?

Für alle Menschen

„In diesem Vortrag werden wir die Verbreitung antifeministischer Inhalte auf TikTok und in verschiedenen Nischen der Online-Kultur eingehend ergründen. Dabei beleuchten wir verschiedene Aspekte dieses Phänomens, von der Idealisierung der so genannten 'Sigma-Männer' bis hin zur Verherrlichung traditioneller Geschlechterrollen durch 'Tradwives'. Zudem analysieren wir, wie das Erbe der Pick-up-Artists in diesen Kontext integriert ist und welche Rolle Antifeminismus auf TikTok sowie in spezifischen Online-Communities als Katalysator für radikalisierte Inhalte spielt. Unser besonderes Augenmerk gilt dabei den oft übersehenen Subkulturen in weniger bekannten Bereichen des

Mareike Stürenberg

Internets. Abschließend reflektieren wir gemeinsam darüber, wie diesen Inhalten wirksam begegnet werden kann.“

Anmeldung bis zum 3.2.2025 im Sekretariat.

Der Zoom Link wird einige Tage vorher verschickt.

Eine Kooperation mit der Amadeu Antonio Stiftung



6

Termin

Sa., 8.2.25 | 10 Uhr

Ort

Start ist das
Lorenz-Jensen-Haus,
Markt 1, Viöl
(Kirchengemeinde Viöl)

Leitung

Claudia Hansen und
Pastorin Dr. Christine Weide

Achtsamkeitsspaziergang

Für Frauen

Wir möchten Sie einladen, in Stille spazieren zu gehen. Wir laufen gemeinsam eine Runde von ca. 5 Kilometern in- und außerhalb von Viöl. An einigen Stationen praktizieren wir Achtsamkeitsübungen und es gibt eine Übung auf dem Weg. Es geht ums Innehalten, Runterfahren, Bewusst - Sein und Sich spüren. Wir nutzen die Winterzeit, weil es weniger Außenreize durch die Natur gibt und wir leichter bei uns bleiben können und uns aufs Innere konzentrieren.

Anmeldungen bis zum 3.2.2025 im Sekretariat

Eine Kooperation mit der Kirchengemeinde Viöl



7

Termin

Sa., 8.3.25 | 10 - 17 Uhr

Ort

Husumer Rathaus

Die Veranstaltung ist
kostenlos

Internationaler Frauentag: Wir reden über Geld

Für Frauen

Internationaler Frauentag, Weltfrauentag oder Frauentag sind Namen eines Welttags, der jährlich am 8. März gefeiert wird. Am Internationalen Frauentag, kämpfen Millionen Frauen für mehr Rechte und gegen ihre Diskriminierung, Benachteiligung und Unterdrückung. Frauen haben oftmals niedrige Einkommen, sind alleinerziehend, arbeiten in Teilzeit, haben Minijobs oder eine kleine Rente. Für Frauen und Mädchen ist das Thema „Eigenes Geld“ oft ein sehr unbequemes. Grund genug, genauer hinzuschauen, mit Fachwissen, Humor und jeder Menge Ideen, die erstmal nichts kosten, außer dem Mut, zu starten.

Anmeldungen bis zum 28.02.2025
unter
gleichstellungsbeauftragte@husum.de
oder Telefon 0 48 41 / 6 66- 10 21

**Eine Kooperation mit dem
Frauenforum Husum**





Termin

Do., 27.2.25 | ab 19 Uhr

Ort

Digital

Leitung

Claudia Hansen

Referentin

Manon Sinnewe
Gesundheitsexpertin und
psychologische Beraterin

„Die Nerven liegen blank“ - Gesundheit hat viele Ebenen

Für Frauen

In diesem Vortrag tauchen wir unter die körperliche Oberfläche und befassen uns mit dem autonomen Nervensystem und seinem Einfluss auf unser Leben.

Body, Mind and Soul dürfen wir dabei wörtlich verstehen und den Zusammenhang zwischen unseren Emotionen, Gedanken und unserem körperlichen Befinden erkennen.

Wie oft liegen bei Dir sprichwörtlich die Nerven blank? Du pendelst zwischen Stress, Multitasking und abendlicher Erschöpfung. Wie oft wolltest Du schon etwas verändern, aber irgendwie verfallst Du immer

wieder in den gleichen Trott, obwohl Du es Dir so fest vorgenommen hast?

Schluss mit dem Frust! Du wirst an diesem Abend lernen, Deinen Körper zu verstehen und wie Du Body, Mind and Soul wieder in Einklang bringen kannst

Anmeldungen bis zum 24.2.2025 im Sekretariat.

Der Zoom-Link wird einige Tage vorher verschickt.



Termin

Mo., 10.3.25 | ab 19 Uhr

Ort

Kaminzimmer im
Christian-Jensen-Kolleg,
Brekum

Referentinnen

Claudia Hansen
und Heike Braren

Geschichten am Kamin

Für alle Menschen



Vielleicht eine neue Tradition? Nach dem großen Erfolg 2024 treffen wir uns wieder am Feuer, um Geschichten zu hören, ein gutes Miteinander zu erleben und um Abstand vom Alltag zu bekommen. An diesem Abend haben wir zwei Erzählerinnen zu Gast. Claudia Hansen

begeistert uns mit Märchen und Pastorin Heike Braren erzählt Bibelgeschichten ganz neu. Bei einer Tasse Tee erleben wir Wärme von außen und innen.

Anmeldungen bis zum 3.3.2025 im Sekretariat



Termin

Do., 3.4.25 | 19 Uhr

Ort

Digital

Leitung

Claudia Hansen

ReferentinChantal Schierbecker,
Leitung der Ev. Frauenarbeit
Altholstein

Vortrag und Gespräch zum Thema: Catcalling

Für Frauen

Catcalling? Was ist das denn nun wieder? Catcalling beschreibt eine Form sexualisierter Belästigung von Personen im öffentlichen Raum durch sexuell anzügliche und übergriffige Geräusche, Gesten, Blicke und Sprüche. Das Wort bedeutet übersetzt „Katze rufen“ und bezieht sich auf die Lock- und Schnalzgeräusche, mit denen Personen andere Menschen unvermittelt und scheinbar beiläufig belästigen. (aus: Catcalling-Ausstellung)

Sie erfahren von der Arbeit der Aktivistinnen Gruppe - catcalls of kiel city -, wie wir Catcalling entgegentreten können und was #Ankreiden bedeutet

Anmeldung bis zum 31.3.2025 im Sekretariat.

Der Zoom-Link wird einige Tage vorher verschickt.

Eine Kooperation mit dem Frauenwerk Altholstein



Termin

Sa. 12.4. bis So. 13.4.25

Ort

Christian Jensen Kolleg

ReferentinAntje Glashagen- Stuck
Kalligrafin und Grafikerin**Leitung**

Claudia Hansen

Die blaue Perle der Gelassenheit - eine kalligrafische Annäherung

Für Frauen

Die Perle der Gelassenheit am Armband der Perlen des Glaubens erinnert mit ihrer tiefblauen Farbe an den Himmel, das Meer und die Weite des Horizontes. Mit der blauen Perle in der Hand geht es darum, ganz bei sich zu sein, zur Ruhe zu kommen, gelassener auf die Dinge zu schauen... Wir werden an diesen Tagen der Gelassenheit, der Weite und der Leichtigkeit mit geistlichen Anregungen und kalligrafischen Übungen nachspüren, dabei experimentieren wir mit Buchstaben und Formen auf Basis unserer Handschrift - es geht um die Freude am schöpferischen Tun und Ausprobieren.

Zwei Tage mit oder ohne Übernachtung
Kosten: Mit Übernachtung: 150,00€, inklusive
aller Mahlzeiten
Ohne Übernachtung: 90,00€, inklusive
Mittagessen und Getränken

**Anmeldungen bis zum 1.4.2025 an Petra
Conrad** unter [p.conrad@nordkirche-
weltbewegt.de](mailto:p.conrad@nordkirche-weltbewegt.de) oder Tel. 04671 9112-14 |

**Eine Kooperation mit dem Ökumene Werk
der Nordkirche**



Termin

Sa., 26.4.25 | 10-17 Uhr

Ort

Christian Jensen Kolleg

Referentin

Claudia Hansen und
Pastorin Anke Fasse

(M)ein Bild vom Älter werden

Für Frauen

Älter werden wir alle, von Anfang an – und doch verschließen wir gern davor die Augen. Warum eigentlich? Welche Bilder vom Älterwerden leiten mich, bewusst oder unbewusst? Auch in unserer Gesellschaft verändern sich die Bilder: Wir bewegen uns immer mehr weg von der alten, weißhaarigen Dame, die ihren Enkeln vorliest und nur Zuhause ist. Aber wohin bewegen wir uns?

Wir möchten mit Ihnen auf Erkundungsreise gehen. Was ist meine Vorstellung, mein Bild, meine Vision von einem guten Älterwerden? Welche Stolpersteine gibt es? Von welchen Ideen kann ich mir etwas abgucken? Mit Begegnungen, Inspirationen und Austausch, machen wir uns in kreativer Weise einen Tag auf die Reise in unsere Zukunft.

Kosten: 30 Euro inklusive Mittagessen und Getränken

Anmeldungen bis zum
20.4.2025 unter
info@chrisitanjensenkolleg.de
oder 04671-91120

**Eine Kooperation mit dem
Christian Jensen Kolleg**



Termin

Sa., 24.5.25 | 10-16 Uhr

Ort

Gemeindehaus Schobüll

Referentin

Claudia Hansen

Leben im Einklang mit der Natur - Ein Tag für Deine Spiritualität

Für Frauen

Dieser Tag ist ein Tag zum Auftanken. Ein Tag mit Stille, Meditation, spüren, Austausch und Erleben. Wir werden diesen Tag im Wald, am und im Meer verbringen. Ein Tag, um die Sinne zu aktivieren und die Verbindung zu einer Kraft, die größer ist als wir. Wir nutzen die Kraft des Waldes und des Meeres, um uns aufzuladen, Gott einzuladen und die Verbindung zur Natur zu stärken. Es bedarf keinerlei Vorkenntnisse, nur Lust zum Ausprobieren und die Natur.

Bitte etwas für ein gemeinsames Mittagessen zum Teilen mitbringen

Anmeldungen bis zum 19.5.2025 im Sekretariat



Termin

13.6. - 15.6.25
 Freitag | 17 Uhr bis
 Sonntag | 16 Uhr

Ort

Kirchberg Neukirchen
 in Angeln

Referentin

Marascha Daniela Heisig,
 Diplom- Psychologin,
 Visionssuche- und
 Naturritualleiterin

Leitung

Claudia Hansen

Die vier Archetypen der Frau- Die Archetypen der weiblichen Lebenszyklen

Für Frauen

Dieser Workshop ermutigt, uns selbst in unserem Frausein zu ehren und uns im Spiegel der Natur mit unserer weiblichen Weisheit und den vier Jahreszeiten unseres Frausein zu verbinden: mit unserem inneren Mädchen, der Jugendlichen in uns, der kraftvollen, schöpferischen Frau und der weisen, älter werdenden, abschiedlich lebenden Frau. Gemeinsam spüren wir auch heilsamen Wegen für unsere verletzte Weiblichkeit nach: Was brauche ich, um mich dem Leben und der eigenen Weiblichkeit wieder anvertrauen zu können? Wie kann ich Hindernissen auf meinem Weg zum ganzheitlichen Frausein wohlwollend begegnen? So kann die gemeinsame Zeit zu einer Reise der Selbstermächtigung in unser Frausein werden, so dass wir sie in unserem Leben entfalten können.

Rituale, wie die rituelle Naturwanderung, Schwesternkreise, Imaginationen, Singen, Erzählen im Kreis unserer weiblichen Jahreszeiten sind einige Methoden an diesem Wochenende.

Kosten 160 Euro
 inklusive
 Doppelzimmer und
 Verpflegung

Kosten 140 Euro
 inklusive
 Einzelzimmer und
 Verpflegung

**Anmeldungen bis
 zum 28.5.2025 im**



Termin

Sa. 21.6.24 | ab 13 Uhr

Ort

Nordseeakademie Leck

Leitung

Claudia Hansen

Internationales Frauen Midsommer Fest

Für Frauen

Nach dem großen Erfolg 2024 wollen wir wieder gemeinsam den Sommer, die Mitte des Jahres, Johanni feiern.

Wir laden diesmal in den Norden ein zum Internationalen Frauen Midsommer Fest. Wir möchten uns kennenlernen und austauschen, gemeinsam essen und singen und unsere Kulturen kennenlernen. Es gibt Musik, einen Stand mit Produkten aus Sansibar, Ketten herstellen aus recyceltem Plastikperlen aus Afrika, Tanz, Blumenkränze binden, Grillen und einige Überraschungen. Wir freuen uns auf Euch!

Bitte bis zum 11.6.2025 anmelden unter:

sekretariat@erw-breklum.de oder 04671-6029920

Eine Kooperation mit der Flüchtlingsbeauftragten des Kirchenkreises



Mitmachen erwünscht

Sie sind herzlich eingeladen

Neben den abwechslungsreichen Angeboten gibt es fortlaufende Gruppen, in denen neue Frauen willkommen sind.

Es gibt fortlaufende Gruppen im Bereich Biografie und die Gartengruppe im „Perlen des Glaubens“-Garten. Wenn Sie Interesse am Mitmachen haben, können Sie sich gerne melden.

Ein digitaler **Newsletter** informiert vierteljährlich über die Frauenarbeit. Er ist unter www.kirche-nf.de/frauenarbeit zu finden oder darf gern per E-Mail an c.hansen@erw-breklum.de bestellt werden.



Unser Beirat

Wir unterstützen gern

Claudia Hansen wird in ihrer Arbeit vom Beirat der Ev. Frauenarbeit unterstützt.

Die folgenden Mitglieder sind 2023 auf dem Frauennetzwerktag gewählt worden:

Nicole Sönnichsen
Ulrike Paulsen
Meike Meves-Wagner
Renate Conrad
Susanne Jordan
Yara Ohrt.

